



すこやか倶楽部は、札幌市から委託を受けた介護予防センターが行なう『介護予防事業』です。伏古・本町・東苗穂（一部地区）地区にお住まいの65歳以上で、介護保険サービスを利用していない方であればどなたでも参加いただけます。楽しい時間を過ごしたい方・出掛ける機会を持ちたい方、お気軽にご参加下さい。
※参加費の書いていない内容は、無料となっております

8月 すこやか倶楽部・転倒予防教室のご案内

会場	日時：時間	内容
特別養護老人ホーム 藤苑 伏古7条3丁目	8月27日(土) 14:00~15:30	『エアロビクス』 音楽に合わせて身体を動かしませんか? (※上靴必要です)
苗穂神社 社務所 本町2条3丁目	8月2日(火) 10:00~11:30	『ステンシル』 オリジナル絵葉書作りませんか? 参加費100円
	8月16日(火) 10:00~11:30	『転倒予防教室』 簡単な体操・縄はしごを使った運動
東苗穂道営住宅 集会所 東苗穂1条2丁目	8月25日(木) 10:30~11:30	『音楽の時間』 音楽療法士による歌謡曲を交えながらの楽しい時間
	8月25日(木) 13:30~15:00	『転倒予防教室』 簡単な体操・縄はしごを使った運動
ふしこ地区センター (1階 娯楽室) 伏古11条3丁目	※地区センター改修工事の為、9月までお休み 10月より再開致します。	
伏古本町 まちづくりセンター 伏古3条3丁目	8月3日(水) 8月10日(水) 8月17日(水) 8月24日(水) 10:00~11:30	『転倒予防教室』 簡単な体操・縄はしごを使った運動 講師：北海道医療大学 リハビリテーション科学部理学療法学科 鈴木 英樹 教授 (第1・3水曜日)

お問い合わせ

札幌市東区介護予防センター伏古本町
東区伏古7条3丁目1-33 (特別養護老人ホーム藤苑内)
電話番号 781-1100 (担当：豊嶋・岸)

ブログ更新中!!

介護予防センター伏古本町

検索



タマネギ通信

札幌市東区介護予防センター伏古本町

— 編集・発行 —

札幌市東区伏古7条3丁目1-33

社会福祉法人 伏古福祉会内

電話 011(781)1100

責任者 岸田 喜幸



特殊詐欺に注意してください!!!

その電話...

オレオレ詐欺かも!?

詐欺を見破るポイント

息子等を名乗る者が

風邪を引いている!

「扁桃腺が腫れてのどが痛い。」
「首の後ろにしこりができた。」など



携帯電話の番号が変わっている!

「携帯電話を洗濯機で洗って壊した。」
「カバンごと携帯電話をなくした。」など



トラブルに巻き込まれている!

「旦那のいる女性を妊娠させた。」
「会社のお金をなくした。」など



このような電話で、現金を要求されたら詐欺!

中央警察署